



公式
twitter



公式
facebook

2月

市内の主な出来事をご紹介します
話題ピックアップ



保育園調理師
おすすめの一品!
～第一保育所～

鮭のタンドリー風



1人当たり栄養価 エネルギー155kcal / 塩分量1.2g

材料(4人分)

- ・生鮭 4切れ
- ★プレーンヨーグルト 1/2カップ
- ★濃縮つゆ 大さじ2
- ★カレー粉 大さじ1
- ★にんにく(すりおろし) 1かけ
- ・パン粉 1/2カップ
- ・油 大さじ1

作り方

- ①★をビニール袋に入れてよく混ぜ、その中に鮭を15～20分漬けておく。
- ②①から鮭を取り出しパン粉をまぶす。
- ③フライパンか温めたオーブンで②を12分位こんがり焼く。



ワンポイントアドバイス

ビニール袋で鮭を漬け込むので味が絡みやすくなり、ヨーグルトが入ることでまろやかな味になります。簡単にできる香ばしい焼き物ですよ。鶏肉でもおいしくできるのでお試しください。

鮭には、良質なたんぱく質や脂質、ビタミンAやビタミンDなどの栄養成分が豊富に含まれています。



2月10日号で紹介したレシピについて

作り方にある水の分量は4人分で600mlです。味の濃さは、調味料で調整してください。



家庭教育支援チームあそびのひろば・ぱれっと 文部科学大臣賞の受賞を報告

2月15日、家庭教育支援チーム「あそびのひろば・ぱれっと」が二ツ井町庁舎を訪れ、文部科学大臣表彰の受賞を教育長へ報告しました。母親たちの交流の場づくりや出前ひろば、子育てに関する講座の実施など、家庭教育支援に尽力している点が評価されました。



さくら庭に作られたこてつの雪像



アマビエの雪像も登場



雪像そばの雪山でそり滑りを楽しむ
浄城幼稚園の年長児の皆さん

テレビアニメ放送2年目をお祝い こてつの雪像が市役所さくら庭に登場

「宇宙なんちゃら こてつくん」の2年目の放送決定を記念し、市役所さくら庭に主人公・こてつの雪像が制作されました。疫病退散にご利益があるといわれている妖怪アマビエの雪像も並び、親子連れなどが写真を撮ったり雪遊びを楽しんでいました。